

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi orang tua sebagai ayah dan ibu yang mengasuh anak-anak dengan pasangan hidupnya tentu sangat menyenangkan, namun pada kenyataannya terdapat keluarga yang tidak memiliki ayah atau ibu, yang bisa terjadi karena perpisahan atau meninggal dunianya salah satu pasangan yang mengharuskan ibu atau ayah tunggal tersebut untuk mengasuh dan membesarkan anak-anaknya seorang diri tanpa adanya dukungan dari pasangan hidup. Tentunya hal ini dapat menjadi kegelisahan pada setiap pasangan yang ditinggalkan.

Fenomena *single parent* beberapa terakhir ini marak terjadi di Indonesia. Pada data Direktorat Jendral Badan Pengadilan Agama Mahkamah Agung (Ditjen Badilag MA, di DI.Yogyakarta dalam kurun waktu 5 Tahun terakhir mengalami peningkatan sebanyak 81% yang mencapai pada 251.208 kasus perceraian, terbukti data pada Tahun 2007 mengungkapkan ada 709 perkara yang diputus, pada tahun 2008 ada 991 perkara yang diputus, tahun 2009 ada 1019 perkara yang diputus, tahun 2010 ada 1123 perkara yang diputus, dan sedangkan pada tahun 2011 ada 1267 perkara yang putus, dari data yang telah diperoleh membuktikan bahwa fenomena *single parent* setiap tahunnya mengalami adanya peningkatan.

Berdasarkan data dari Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (2016) menunjukkan bahwa hingga bulan Oktober 2016 tercatat 315 ribu permohonan cerai diterima Pengadilan Agama di seluruh Indonesia, dari jumlah

itu, 212.400 pasangan telah resmi diceraikan. Adapun sisanya masih diproses, ditolak, gugur atau belum diterima. Khusus untuk Oktober 2016, sebanyak 10.801 pasangan resmi bercerai. Berdasarkan data Pekka (Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga) terdapat 40 juta jiwa wanita di Indonesia berstatus janda, di Jawa Tengah sendiri terdapat 10.987 ribu janda, yang artinya kenaikan jumlah ibu *single parent* sepuluh kali lipat selama rentang 10 tahun.

Seorang *single parent* dipandang tidak memiliki pasangan atau pilihan yang tepat atau masih sedang mencari pilihan yang tepat. *Single parent* menjadi sebuah minoritas yang semakin tinggi populasinya. Anak yang didik oleh seorang ibu *single parent* tumbuh dan mencontoh perilaku yang dilakukan oleh ibu tersebut (Tamilenthi, Mohanasundram, dan Padmini, 2011).

Single parent memiliki peran ganda bagi keluarganya. Peran ganda tersebut antara lain memenuhi kebutuhan psikologis anak-anaknya yang meliputi memberikan rasa aman, pemberian kasih sayang serta perhatian dan juga memenuhi kebutuhan fisik anak meliputi kebutuhan sandang pangan, pendidikan, kesehatan serta kebutuhan lainnya yang berkaitan dengan materi, yang artinya seorang ibu *single parent* harus mampu untuk membagi waktu antara pekerjaan rumah dan luar rumah agar anak-anak dapat merasakan kasih sayang dari orang tuanya dan terpenuhinya kebutuhan hidup bagi anak. Namun terkadang adanya konflik dari dalam yang dapat terjadi saat ibu *single parent* harus membagi waktu antara ibu sekaligus sebagai ayah bagi anak-anaknya. Hal ini dapat terjadi karena ibu yang mengurus seluruh keperluan rumah tangga dan di sisi lain juga harus bekerja untuk menafkahi anak-anaknya. Jika ibu *single parent* hanya memainkan

perana sebagai seorang ibu saja maka akan mengorbankan hal-hal yang berkaitan peranya sebagai seorang ayah yang sesungguhnya penting bagi hubungannya dengan keluarga. Maka berdasarkan hal tersebut kematangan, kemandirian serta kesiapan sangat dibutuhkan pada ibu *single parent*, karena kematangan, kemandirian serta kesiapan pada ibu *single parent* dapat mempengaruhi dalam cara mendidik anak agar membentuk anak yang berkualitas, maka ibu *single parent* dapat membesarkan anak-anak nya sebagai mana orang tua yang super walau tanpa adanya pasangan (Akmalia, 2008).

Laki-laki dan perempuan yang hidup seorang diri tanpa badanya pasangan lebih tinggi untuk mengalami gangguan psikologis antaranya seperti sulit tidur, emosi yang tidak dapat terkontrol, mudah marah juga, depresi, stress dan juga gangguan psikiatris, alkoholisme, hingga masuk rumah sakit jiwa dan masalah-masalah psikosomatis lainnya Santrock (dalam Ahsyari, 2015). Menjadi ibu *single parent* bukan hal mudah, menjalani hidup tanpa adanya kehadiran dan dukungan dari pasangan hal ini membuat ibu *single parent* merasa kesepian dan sendiri. Bagi seorang ibu *single parent*, kesendirian merupakan hal yang sangat berat, namun terkadang ibu *single parent* tidak mau mengakui hal tersebut dalam dirinya. Di saat ibu *single parent* seharusnya bisa saling berbagi pemikiran dan beban dengan pasangannya tapi kenyataan harus menghadapinya seorang diri sendiri (Ahsyari, 2015).

Hal ini sesuai dengan pendapat (Hurlock, 1999) yang berkaitan dengan tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal usia $\pm 20 - 40$ dimana yang berkaitan dengan harapan untuk masa depan yang meliputi mendapatkan suatu

pekerjaan yang selama ini diinginkan, memiliki seorang teman hidup yang dijadikan pendamping, belajar untuk hidup dengan menatap masa depan bersama dengan suami atau istri untuk menjadi keluarga yang bahagia, dapat membesarkan anak-anak bersama pasangan saling berbagi dengan baik bersama pasangan, membentuk rumah tangga yang bahagia bersama pasangan, dapat bertanggung jawab sebagai warga negara yang baik dan bergabung dalam kelompok sosial atau organisasi.

Umumnya ibu *single parent* akan merasa cemas terhadap masa depannya dan anak-anak dimana tidak ada lagi dukungan dari pasangan hingga merasakan kesepian dan mulai merasakan kehilangan harapan terhadap sesuatu yang sudah direncanakan bersama pasangan. Beberapa hal yang dihadapi seorang ibu *single parent* diantaranya merasa kesepian, mengenai perumahan, keuangan untuk masa depannya dan anak-anak dan juga ibu *single parent* tidak memiliki pasangan untuk menanggung beban bersama serta untuk mengambil keputusan bersama dan juga tanggung jawab atas anak-anak, kecemasan ibu *single parent* tidak berhenti disitu saja melainkan juga mengenai reaksi orang lain terhadap dirinya, dari teman-teman serta kerabat mengenai bagaimana cara seorang *single parent* menjalani hidup sendiri tanpa adanya kehadiran seorang pasangan. (Mitchell,1996).

Beberapa perubahan yang dialami oleh ibu *single parent*, diantaranya ketidakstabilan emosi yang dikarenakan pada saat pertama kali menjadi ibu *single parent*. Ibu *single parent* harus dapat melindungi dirinya sendiri dan juga dapat membantu anak-anak mereka dalam mengatasi masalah-masalah yang mungkin dialami oleh anak-anak. Saat mengalami kelelahan emosi dan fisik ibu *single*

parent umumnya sulit untuk menyediakan waktu serta tenaga agar dapat berbicara dengan anak-anaknya karena sudah merasa lelah karena berkerja didalam atau diluar rumah (Sudarto & Wirawan, dalam Ahsyari,2015).

Suami istri yang bercerai kemungkinan mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan baik. Selain itu, ada kemungkinan bahwa hubungan dengan lingkungan tidak baik setelah perceraian atau perpisahan, hal ini bisa disebabkan karena pindah ke lingkungan baru atau kota lain (Langea,Dronkersb dan Maarten, 2014). Perpisahan atau kematian salah satu pasangan dapat menimbulkan kelelahan emosional, fisik ibu *single parent*. Kelelahan emosional atau *emotional exhaustion* bersumber dari *burnout* yakni dimana kondisi emosional individu yang merasa lelah dan jenuh baik secara mental maupun fisik yang diakibatkan dari tuntutan-tuntutan pekerjaan yang menekan serta merasa lelah dan kehilangan gairah untuk berkerja dan menjadi bersikap tidak peduli (Leiter dalam Ahsyari 2015).

Keluarga dengan ibu *single parent* rentan terhadap kondisi ekonomi yang lemah karena kehilangan suami yang dulu sebagai tulang punggung keluarga, dan juga berdampak pada pencapaian pendidikan yang rendah bagi anak-anaknya. Ibu *single parent* memiliki potensi lebih tinggi untuk mengalami depresi episodik dan kronis, kecemasan, penyalahgunaan zat, hal ini diakibatkan oleh peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, kurang percaya diri, isolasi sosial, dan kurangnya dukungan (Daryanani, Hamilton dan Alloy, 2016). Namun pola asuh anak yang dilakukan keluarga ibu *single parent* tidak memiliki banyak

perbedaan, masalah perilaku pada anak-anak di rumah tangga *single parent* tidak berbeda dari rumah tangga yang memiliki dua orang tua lengkap (Usakli,2013).

Umumnya tidak semua ibu *single parent* memiliki kesiapan dan kematangan setelah ditinggalkan oleh pasangannya. Sebagian ibu *single parent* sebuah masalah dapat dijadikan beban hidup yang penuh dengan stres dan rasa putus asa jika ibu tersebut tidak siap menghadapi kenyataan hidup tanpa kehadiran pasangan. Sebagian diantara ibu *single parent* terkadang terjadi konflik batin antara bekerja dengan mengurus rumah dan anak-anak, sehingga stres tidak lagi mampu dikendalikan hal ini dapat menjadi dampak negatif. Dampak negatif tersebut antara lain sulit untuk konsentrasi, dampak negatif emosional seperti rasa munculnya sedih ,cemas, frustrasi, kemarahan dan efek negatif lainnya. Dampak negatif yang secara fisiologis meliputi gangguan kesehatan, daya tahan tubuh berkurang, sakit kepala, merasa letih dan lemah, sulit untuk tidur. Stres menuntut seseorang untuk dapat menyesuaikan atau mengendalikan diri yang hal ini adalah tanda awal dari penyesuaian diri terhadap stres (Heiman dan Kariv dalam Trianto,2005).

Peran dan tanggung jawab yang harus dirasakan oleh *single parent* kepada dirinya dan anak-anaknya tentu bukanlah hal yang mudah hal ini dapat menyebabkan ibu *single parent* tertekan dengan tanggung jawab barunya. Tekanan yang dirasakan dari berbagai hal tersebut bisa menjadi sumber masalah. Ibu *single parent* yang sangat berpikir keras mengenai siapa yang akan bertanggung jawab atas kesehatan dan kesejahteraan dirinya, anak-anak dan anggota keluarga lainnya. Hal tersebut menjadikan *singe parent* kewalahan dan

mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan wanita dengan peran lebih rendah dan tanggung jawab bersama pasangan (Hashim, Azmawati, Endut, 2015).

Coping memiliki dua fungsi bagi individu yaitu yang pertama untuk mengatur stres dan yang kedua untuk mengendalikan sesuatu agar tidak terjadi perubahan jika individu mengalami situasi stress. Lazarus (dalam Sarafino, 1994) menjelaskan ada 2 tipe coping yaitu *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem Focused Coping* atau *coping* yang terpusat pada inti masalah, adalah individu berusaha untuk dalam mengurangi atau menghilangkan stres dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab stresnya secara langsung. *Emotion Focused Coping* atau coping yang berpusat pada emosi yang usaha individu dalam mengurangi atau menghilangkan stres yang dirasakan dengan cara tidak menghadapinya secara langsung namun lebih kepada usaha-usaha dalam mempertahankan keseimbangan afeksi.

Berdasarkan dari uraian fenomena diatas terlihat bahwa seorang ibu *single parent* memerlukan adanya kematangan karena hal ini erat kaitanya dengan cara ibu *single parent* terhadap pola asuh terhadap anak-anaknya dan cara menghadapi dunia luar seorang diri tanpa adanya serta dukungan dari pasangan. Beratnya beban hidup yang dialami oleh ibu *single parent* akhirnya dapat menyebabkan ibu *single parent* merasa tertekan. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui bagaimana **Strategi coping pada ibu single parent ?**

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi *coping* yang dilakukan oleh ibu *single parent*.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Disiplin ilmu psikologi pada umumnya dan secara khusus dapat menambah sumbangan ilmu di bidang psikologi sosial dan pada cabang ilmu psikologi lainnya yaitu psikologi keluarga mengenai strategi *coping* pada ibu sebagai *single parent*.
2. Bagi responden
 Penelitian ini diharapkan akan menjadi masukan bagi ibu *single parent* sebagai pengetahuan pentingnya strategi *coping* dalam menyelesaikan masalah.
3. Sebagai referensi bahan tambahan atau dapat dijadikan sebagai informasi untuk peneliti lain yang sesuai dengan judul yang diangkat mengenai strategi *coping* ibu *single parent* ataupun tema atau objek yang sama di masa mendatang dan dapat berguna sebagai tambahan ilmu pengetahuan.